



## ÀNGELS CÓRCOLES

### SESIONES Y TALLERES

#### - **Curso rehaz tu vida después de una relación tóxica**

Mediante un curso de 6 meses de duración, tomarás consciencia de los puntos clave que te impiden llevar una vida plena. Adquirirás herramientas para superar las ganas de llorar, la soledad, el sentimiento de culpa, la baja autoestima, el miedo a no saber tirar adelante sola, y a repetir la experiencia con otra persona. Mediante técnicas de psicoterapia y coaching, aprenderás como atreverte a brillar, conectar con tu valor, y a sacar partido de tus capacidades. Así mismo sabrás cómo poner límites, mantener la calma cuando intente provocarte, y reconocer a las personas tóxicas para no volver a repetir esta experiencia y sentirte feliz.

Mi nombre es Àngels Córcoles y soy médica psicoterapeuta y coach transpersonal. Me dedico a ayudar a las mujeres a rehacer su vida después de una relación tóxica. Si quieres conocer más acerca de mí y/o sumarte al curso, ponte en contacto con nosotras.

Tantra spiritual fitness